

# 世界ジュニアアルティメット選手権女子日本代表チームの 指導に関する一考察

大島 寛

A note on the development of the Japan women's team at the world junior ultimate championships in 2012

Hiroshi Oshima

## I. はじめに

フライングディスク競技は、世界フライングディスク連盟の競技として10種目（ディスタンス・MTA・TRC・アキュラシー・ディスクソーン・ディスクゴルフ・DDC・フリースタイル・GUTS・アルティメット）が公認されている。世界フライングディスク連盟の加盟国・準加盟国の総数は、現在81か国で、中でもアルティメットは、54か国で競技され、アメリカでは3万人がプレーしている最も人気のあるフライングディスクの種目である。日本においては、2012年7月7日-14日に大阪府堺市にあるスポーツ施設・J-GREEN 堺で、1992年に開催国となって以来2度目となる第13回世界アルティメット選手権大会<sup>注1)</sup>を開催し、5大陸すべての国々から計23ヶ国1392名の参加を得た。特にアジア諸国から過去最高の参加国数（7ヶ国）を実現するとともに、世界中にフライングディスク競技を普及・発展させる機会を提供した。また、8月12日-18日には世界ジュニアアルティメット選手権大会<sup>注2)</sup>がアイルランド・ダブリン市で20か国の参加のもと開催された。結果は、オープン9位、女子8位であった。

日本においては中学・高校で部活動としてアルティメットを行っているところは少なく、そのため日本のジュニアアルティメット選手権大会出場選手の多くは、大学に入ってから始めた経験4か

月から18か月の学生である。このような状況の中、ジュニアアルティメットの選手募集は、手探りで行われている。2012年8月の世界ジュニアアルティメット選手権大会に向けての選手募集は、2011年12月末に日本フライングディスク協会のWEB上で開始され、2月に第1回選考会、5月に第2回選考会、6月に第3回選考会を開催した。筆者はジュニア女子チームの監督として選手の選考から指導にいたるまでの業務にたずさわったが、第3回選考会までに40名の参加を得て、28名を選考した。6か月という短期間で選手の募集と指導を実施するという状況は、サッカーなどのメジャースポーツでは考えられないことかもしれないが、中学・高校の部活動でアルティメットをほとんど行っていない現在の状況では最大限の手順であったと考えられる。

これらのことを踏まえて本稿では、世界ジュニアアルティメット選手権大会に向けての女子日本代表チームの取り組みと指導内容を明らかにすることで、フライングディスク界の重要なテーマであるジュニア選手の育成と指導の基礎資料とし、6か月という短期間でどのように選手募集をおこない、どのように選手の指導をおこなってきたのかを具体的事例をもとに報告するものとする。

## II. 世界ジュニアアルティメット選手権に向けて

世界フライングディスク連盟による2012年の

1) 近畿大学経営学部 〒577-8502 大阪府東大阪市小若江3-4-1

Faculty of Business Administration, Kinki University, 3-4-1 Kowakae, Higashiosaka, Osaka, 577-8502, Japan

連絡先: 大島 寛 ☐ oshman55@kindai.ac.jp

世界ジュニアアルティメット選手権大会の開催場所と開催日程の決定が遅れていたことと2012世界アルティメット選手権大会が堺市で7月7日-14日に開催されることが重なり、世界ジュニアアルティメット選手権大会に日本が出場するかどうかの判断が難しいものとなっていた。7月の開催であれば、世界アルティメット選手権大会が堺市で7月に開催されるため日本フライングディスク協会本部スタッフや関係する業者や人々の動きと重なるため世界ジュニアアルティメット選手権大会の参加を苦慮するものとなっていたが、2011年12月下旬に世界フライングディスク連盟から世界ジュニアアルティメット選手権大会の開催場所と日程が発表された。大会が8月に開催される決定を受け、世界ジュニアアルティメット選手権大会に日本は出場することとなり、スタッフの発表と選手募集が2011年12月29日にWEB上で行われた。

#### ①世界ジュニアアルティメット選手権大会までの女子日本代表チームの動き

- ・2011.12.29 日本フライングディスク協会のWEB上で募集開始
- ・2012.2.18-19 第1回選考会および練習会(11名の応募)
- ・2012.3.18 ドリームカップ会場にて募集案内(3月末までに4名追加、合計15名の応募)
- ・2012.4月 東・西日本フレッシュマンズカップにて募集案内
- ・2012.5.3-5 第2回選考会および練習会(合計25名の応募から17名選出)
- ・2012.6.2-3 第3回選考会および練習会(合計40名の応募から28名選出)
- ・2012.6.23-24 DISCRAFT ULTIMATE OPEN に大会出場

まず第1回選考会の選手募集で行ったことは、参加可能年齢である大学1年生で早生れの学生の調査である。対象者のいる大学にはスタッフを通じて世界ジュニアアルティメット選手権大会の要項と第1回選考会の日程を連絡し、参加希望調査を約1か月行った。2月18-19日に実施する第1回選考会への応募数は、11名(高校生3名<sup>注3)</sup>、

大学生8名)であった。

### Ⅲ. 第1回選考会および練習会の指導内容 (2012.2.18-19 対象11名)

2012年2月18-19日の2日間、静岡県富士市富士川緑地において、応募選手11名とスタッフ4名、地元の男子アルティメットチームの協力のもと練習会を行った。1日目は基本練習、2日目はゲームを中心に指導した。

#### 1日目の主な指導内容：

アルティメットの指導を行う前に、お互いのプレーをお互いでジャッジするフライングディスク競技独特のルールであるスピリット・オブ・ザ・ゲームを説明した<sup>注4)</sup>。ルールについては場面ごとに補足説明した。

#### ①キャッチ&スロー(バックハンド・フォアハンド・アップサイドダウン)

キャッチ&スローは、最も単純な練習であるが、得点を取るための最も重要な練習である。味方のパスをキャッチすることと味方にパスすることのどちらにもミスは許されない。サッカーやバスケットのようにゴールにシュートする競技ではないため、ゴールは必ずキャッチ&スローの完成によって成り立つ<sup>注5)</sup>。特に

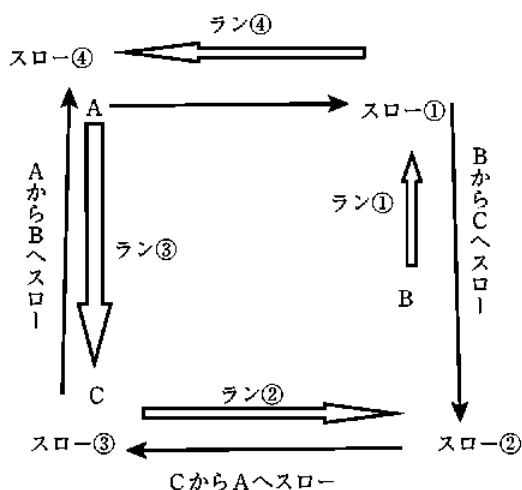


図1 3人のスロー練習

## ジュニアアルティメット女子日本代表チームの指導に関する一考察

ディフェンスがない状態でのスローイングとキャッチングのミスは防がなければならない。バックハンド・フォアハンド・アップサイドダウンのスローイングがゲームで使われるスローであるが、経験の浅い選手もいるため、それぞれのスローイングのディスクの握り方と投げ方を再確認し指導した。スローイングとキャッチングの練習方法としては、2人で10歩離れた距離で向かい合って行うものと、3人で正三角形に広がり行うものを実施した(図1)。

向かい合う相手の方向に前足を体重移動させながら、ディスクにしっかり回転を与えて相手の胸にスローし、キャッチは両手で上下から挟みとるサンドイッチキャッチを繰り返し行った。フォアハンドとアップサイドダウンのグリップは同じであるため、アップサイドダウンのスローは投げ出しの角度に注意しながらスローさせた。特にスローイングの回数を数えたり、相手の名前を呼んだりしながらのキャッチ&スローは、この日初めて出会ったもの同士がコミュニケーションを取り合う良い練習方法となった。

## ②スローイングドリル

キャッチするエリアに数字を振り、スローワーカーの指示する数字でレシーバーが動く練習を行った。エリアを数字で決めておくことは、ファールでプレーが止まった後やタイムアウト後のセットプレーでサインプレーとして使える

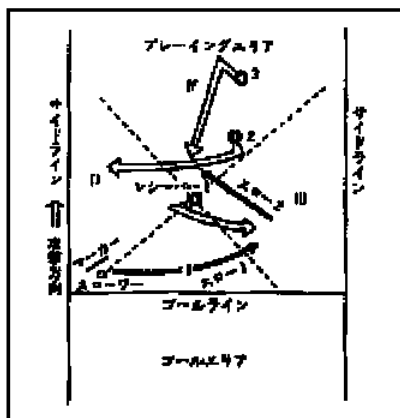


図2 サインプレー

ことが利点となる。Iはオープンパス、IIはインサイドアウトパス、IIIはオープンエリア後方へのリードパス、IVは奥へのシュート。以上の4つのパスを共有させた(図2)。

## ③ピボットとマーカー

ゲームの場面ではピボットの技術が必要となる。マーカー(スローワーカーをマークしているディフェンスプレーヤー)がいる場合、スローする選手は、ピボットを使ってマーカーの手に当たらないように味方にパスしなければならない。バックハンドとフォアハンド、アップサイドのスローをマーカーに防御されることなく投げることができなければ、ゲーム中にミスする確率は高くなる。マーカーはスローワーカーに正対するとストーリングコールをかける。このストーリングコールによりスローワーカーは、10秒以内にスローしなければならない。10秒以内に味方にどのようなパスを出すのかを判断しなければならない。10秒経っても投げられなくなり、ストーリングアウトを取られることは絶対に避けなければならない。ピボットの技術と5秒前後でスローを選択する技術と判断力を養うことは重要な課題である。またストーリングカウント5秒を経過する時は、スローワーカーも6・7・8…と声を出しながら味方の選手に危機的状況を伝えなければならない。この技術を養うためにマーカーブレイクドリル等の練習を繰り返しおこなった。

## ④-1 マーカーブレイクドリル

ピボットを使ってバックハンドでスローする技術とピボットを使ってフォアハンドでスローする技術があれば、マーカーの両サイドからパスを出すことができる。レシーバーはスローワーカーの左右どちらかのエリアに走り、スローワーカーはレシーバーにピボットを使ってパスを出す。この練習方法をマーカーブレイクドリルという。

- ・ピボットを使ってバックハンド側に走ってくるレシーバーにバックハンドでスローイング
- ・ピボットを使ってフォアハンド側に走ってくるレシーバーにフォアハンドでスローイング

以上の2つの技術を習得させた。

このドリルによって、走ってくるレシーバーにマーカーの左右からパスを出すこと、パスを受けるレシーバーもスローワーの左右のエリアでパスを受けることのイメージが養われた。

④-2 マーカーブレイクドリル (レシーバーはフェイクを行う)

レシーバーの走り方は2通りある。1つ目はフェイク (ディフェンスを振り切るための疑似的な横の動き) をせずに全速でパスを受ける方法 (図3-1)。2つ目はフェイクしてディフェンスの動きと逆方向に走ってパスを受ける方法である (図3-2)。

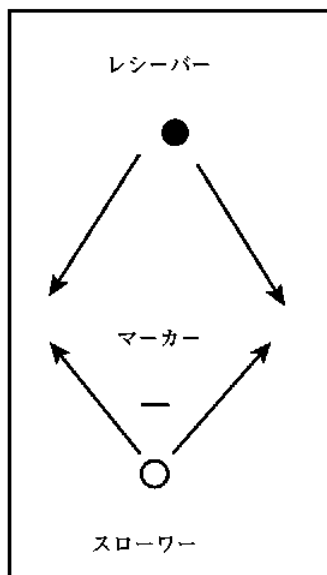


図3-1 マーカーブレイクドリル (フェイクなし)

スローワーは走ってくる方向と反対側に一度ピボットを使ってからレシーバーにパスを出す。レシーバーのフェイクとスローワーのピボットは、いずれもディフェンスを騙すための重要な技術である。

⑤ ラダードリルとセットプレー

マーカーブレイクドリルでパスがつながるようになれば、複数のプレーヤーでパスをつなぐラダードリルへと移行した。バックハンドスローの連続プレーとフォアハンドスローの連続

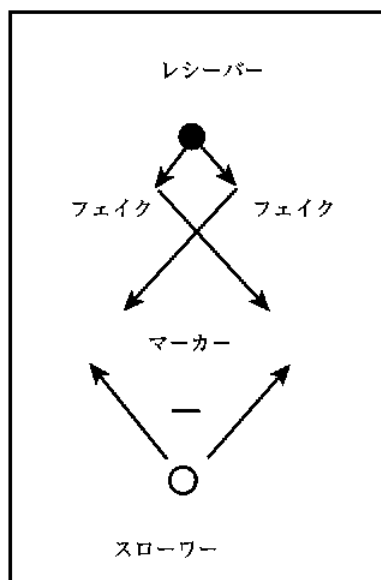


図3-2 マーカーブレイクドリル (フェイクあり)

プレーを習得するラダードリルは、ゲームの中でのパス展開の基礎となるため時間をかけて行った (図4)。

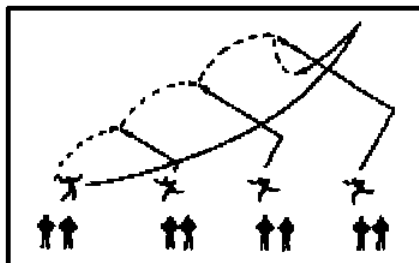


図4 ラダードリル

このラダードリルをおこなうことによって、あらかじめ決められたパスルートを使って攻撃をおこなうセットプレーへと移行できる (図5)。

セットプレーの利点は、パスを受ける順番を決めておくことでパスエリアへのレシーバーの動きが整理されることである。レシーバーが2人以上同じエリアに走ることは、パスを受けるエリアを自分たちで潰してしまうことにつながる。また、ピックというファールを犯してしまうことにもなる<sup>注6)</sup>。ジュニアのゲームでは、フォアハンドパスの技術が未熟な場合が多

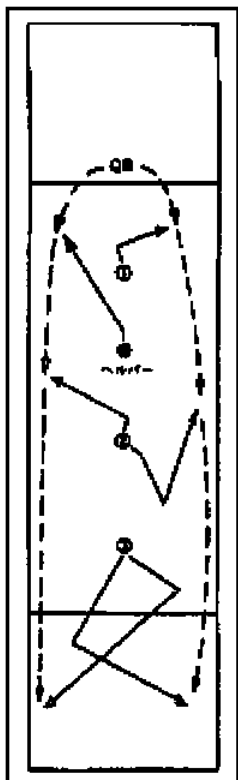


図5 セットプレー

いことやバックハンドよりもフォアハンドの方が、ロングシュートが難しくなることが考えられる。そのため相手ディフェンスは、フォースフォアハンドディフェンス<sup>注7)</sup>を使うことが多い。このことに対応するために、フォアハンドでのゴール方向への縦攻撃（おもて展開）とバックハンドを使ったサイドチェンジ（うら展開）攻撃を練習した（図6）。

特にサイドライン近くに追い込まれた時は、縦攻撃のエリアが狭くなる。サイドチェンジしてうら展開へ移行するタイミングを見極めることは重要なプレーであるため時間をかけておこなった。

2日目の主な指導内容：

①ミニゲーム（ホットボックス）

パスをつないでゴールを奪うことはアルティメットの醍醐味であり、もっとも重要なプレー

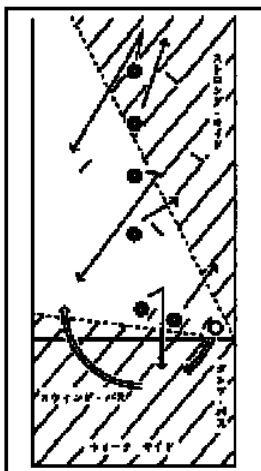


図6 フォースフォアハンドオフェンス（うら展開）攻撃

である。フルコートのゲームでは、ゴール前のプレーを作るまでに時間がかかるため3人もしくは4人でチームを組みミニゲームをおこなった。役割を決めどのようにすればゴールできるのかミニゲームを通じて選手同士で考えさせる。ミニゲームは7人制のアルティメットに発展させる上での効果的な練習方法である。ミニゲームのコート設営は、ミニゲーム後7人制のゲームを実施するため、コーンだけでゴールエリアを作成した。グラウンドの大きさと実施人数に応じて自由にゴールエリアを設定できるため、7人制ゲームへ移行するための良い基本練習となる。白線なしでコーンを用いてゴールエリアを作った場合は、サイドラインが無い。通常アルティメットコートであればゴールエリアの横や後ろ側はOBエリアとなるが、この場合はゴールエリアに対してどの方向から攻撃しても良いというルールで実施した。このルール

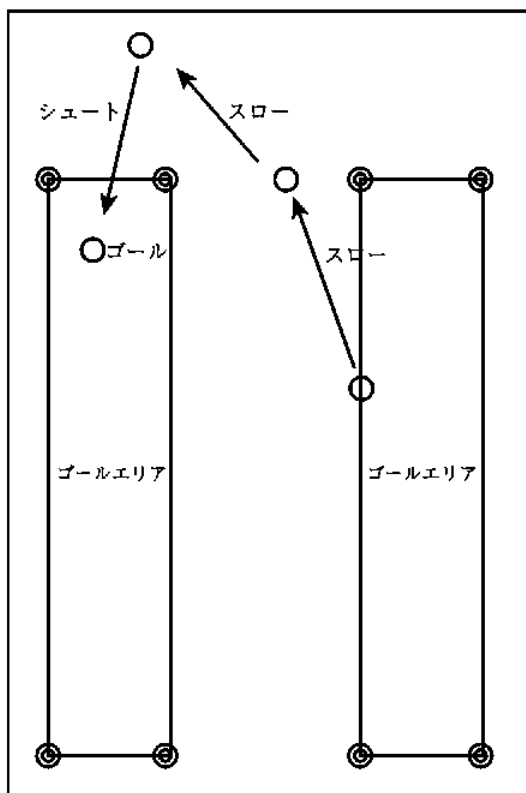


図7 ミニゲーム（ホットボックス）

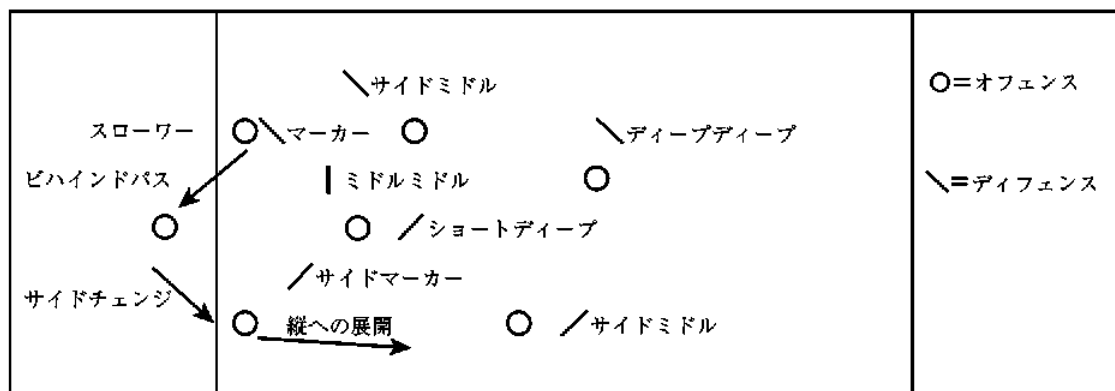


図8 ゾーンディフェンスとゾーンオフense

変更の利点は、プレーを中断させることなく数多くのパスを投げさせることができることである(図7)。

ミニゲームは、個々の選手の役割とゲーム展開の方法を確認できることと7人制のゲームに移行するための技術レベルの材料を収集できるため、チーム構成を考えるための良い機会となった。

## ②ゲーム (7vs7)

富士市のアルティメットチーム・富士龍神(男子)の協力を得てジュニアチームと7vs7の練習試合を行った。体格的にも技術的にも男子チーム相手では格段の差があるが、海外では背が高く体も大きい女子選手が多いため、練習試合の相手として適切であると考えた。男子チーム相手にゲームを進めていく中で、アドバイスを与えなければならない時は、プレーを中断して説明する時間をとった。

### 1. マントウーマン

オフenseの方法としては、スタンフォードオフenseとホライズタルオフense<sup>8)</sup>があるが、ジュニア選手のスピードとスローイング技術の未熟さを総合的に考え、スタンフォードオフenseで攻撃する方法を選択した。オフenseでは、コートの中をどのように動いて攻撃に結びつけるのかのアドバイスを与えた。特にレシーバーにリードパスを出す時、レシーバーを狙ってパス

を出す相手にブロックされる。レシーバーが走るエリアにパスを出すことのイメージを持つように指導した。またディフェンスでは、マントウーマンディフェンスの付き方にアドバイスを与えた。ゴール方向に走られないようにするにはオフenseの背中側にポジショニングすること。また、パスをつなぐ選手に付く時は、ディスクを持つプレーヤーとレシーバーの両方を見られる位置に付くよう指導した。

### 2. ゾーン

マントウーマンの攻防でゲームを行った後、ゾーンディフェンスとゾーンオフense<sup>9)</sup>の戦術を指導した(図8)。

ゾーンディフェンスでは、マーカー・ミドルミドル・サイドマーカーの3人がスロワーを囲み(カップディフェンス)相手のゴール方向へのゲインパスを防ぐ。数多くサイドチェンジパスを投げさせてミスを誘うことを目的とするが、第2列のサイドミドルとショートディープ、第3列のサイドミドルとディープディープと比較して、第1列のカップディフェンスは体力の消耗が大きいポジションである。また、相手がロングシュートでゴールを狙った場合は、第3列のサイドミドルとディープディープがこれに対処しなければならない。これらのことを考えポジションの決定を行った。ゾーンオフenseは、ハンドラーがビハインドパスとサイドチェンジパスでカップディフェン

## ジュニアアルティメット女子日本代表チームの指導に関する一考察

スを揺さぶり、ミドルが縦パスをつないでディープがゴールへ走る。男子チーム相手に点を取ることは難しいものであったが、根気よくパスをつなぐことを課題にゾーンオフenseをおこなった。ゾーンの攻防は、サイドラインで待機しているプレイヤーもフィールドプレイヤーに声をかける。特にディフェンスではサイドラインからの声で相手オフenseにプレッシャーをかけることができるため、すべてのプレイヤーが一丸となって攻防を繰り返すチームプレーの重要性を指導した。

## 3. トランジション

こちらが発するキーワードを聞いて瞬時にゾーンディフェンスからマントゥーマンディフェンスに変化するトランジションディフェンスを指導した。ゾーンディフェンスで相手にゴール近くまで攻め込まれた時やゾーンディフェンスを仕掛けると見せておいて相手がパスを5本通した時にマントゥーマンディフェンスに変化するなど相手のオフenseラインを混乱させる目的で使用した。

世界選手権は午前・午後1ゲームずつおこなわれることが多い。1ゲームに2時間以上かかるため、2時間のゲームを1日2度戦わなければならないことになる。このような状況を経験させるために、11人の選手で2時間ゲームを2度戦った。ハンドラーの3人は、経験を積ませるために、交代なしで出場し続けた。ハンドラーは短いパスを正確につないだり、ロングシュートを打って相手ゴールを脅かしたりする攻撃の要である。体力面・技術面で優れたハンドラーを何人育てるかが世界大会の結果につながる。第1回の選考会では未知数の11人であったが、全員世界大会で良い結果を残したいという意欲がある選手であった。この気持ちがある限り、それぞれチームに戻っても成長していくと感じた。11人全員にスローイング技術の向上を個人練習の課題として与えた。

#### Ⅳ. 第2回&第3回選考会および練習会の指導内容

第2回選考会は2012年5月3-5日の3日間、

第3回選考会は6月2-3日の2日間、静岡県富士市富士川緑地において実施した。第1回目と重複する指導内容は項目のみとし、第2回目、第3回目の指導内容を以下に示した。

主な指導内容：

- ①スローイングドリル
- ②マーカーブレイクドリル
- ③ラダードリル (4人でディスクをつなぐ)
- ④カットバックドリル (縦のフェイクを使ってレシーブ)

マーカーブレイクドリルでレシーバーは、ディフェンスを振り切るための横のフェイクをおこなったが、カットバックドリルは縦のフェイクを使ってマークをはずしてパスを受ける技術である。ゴール方向に走ると見せかけるフェイクをおこなうことで、得点されまいとするディフェンス

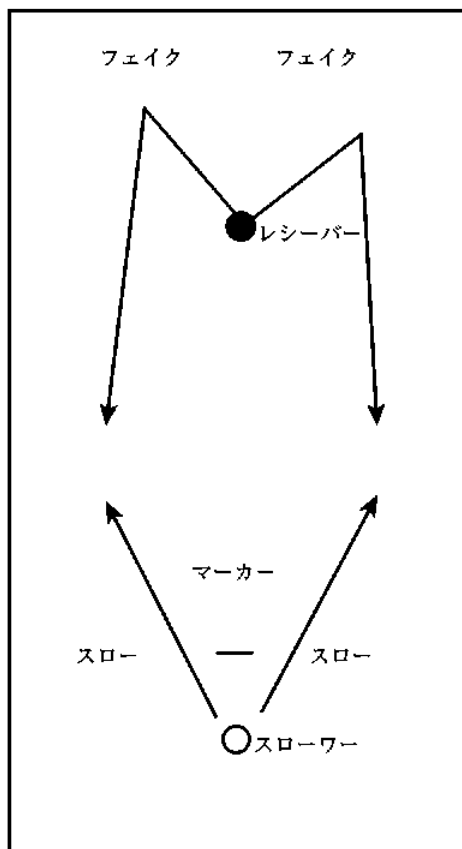


図9 カットバックドリル

をゴール方向に動かす。レシーバーは、フェイクした後スローワーの方向にターンシパスを受ける(図9)。

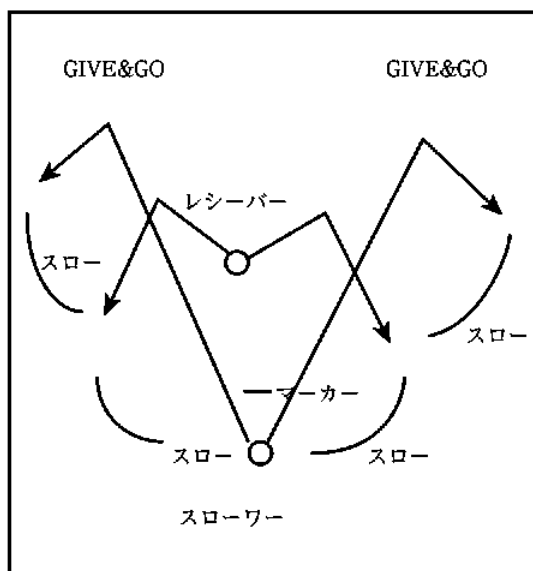


図10 カットバックと GIVE&GO

#### ⑤カットバックと GIVE&GO(図10)

GIVE&GOは、サッカーやバスケットでよく見られる2人で行うゲインパスの技術である。スローワーはパスを出した後、レシーバーのゴール方向のエリアでフェイクしてリードパスを受ける。カットバックとGIVE&GOを組み合わせておこなうことにより、2人で相手陣地に攻め入る技術を指導した。フェイクは、ディフェンスのからだの重心を自分の動きたい方向と逆に向ける技術である。特にゴールエリア内ではマークが厳しくなるため、フェイクをうまく使わなければ得点が難しくなる。カットバックドリルでは、フェイクの技術をどの場面でどのように使うのかを学ばせる機会となった。

#### ⑥ミニゲーム (3vs3)

#### ⑦ゲーム (7vs7)

#### ⑧ゾーンディフェンスとゾーンオフense

第2回選考会では14名の応募から6名選出し、日本代表は合計17名となった。第3回選考会では23名の応募から11名選出した。第1回から第3回の選考会で合計40名の応募があり、最終的

に日本代表28名を選出した。

選考基準は、以下の3つ項目から判断した。

- ①個人技 (スローカ・スピード・高さ)
- ②戦術理解 (マントウマン・ゾーンの攻防)
- ③チームワーク (チームで孤立せずに同じ目標で行動する・リーダーシップ)

同じレベルの選手が出た場合は、各大学における選手育成を鑑み、同じ大学に偏らないようにした。28名の内訳は、高校生3名・大学1年生15名・大学2年生10名となった。地域別では、近畿3名(大阪1・京都1・滋賀1)、中部8名(愛知8)、関東17名(東京14・埼玉2・栃木1)である。

#### V. DISCRAFT ULTIMATE OPEN に大会参加

6月23-24日の2日間、静岡県富士市富士川緑地において、DISCRAFT ULTIMATE OPENが開催された。

23日(土)	VS 成蹊大学	4-9	×
	VS 立教大学	9-9	引き分け
	VS 静岡大学	10-2	○
			順位決定リーグへ
24日(日)	VS REGARS	3-14	×
	VS 慶応大学	9-3	○
	VS 首都大学東京	6-8	×
			12位にて終了

初日はマントウマンの攻防、2日目はゾーンの攻防も交えながらの戦いを経験させた。初日の成蹊大学と立教大学のゲームは2つのセットを順に送り出し戦ったが、スローミスが多く経験の差が得点に現れた。静岡大学には4つのセットを順に送り出し、全員で戦った。アルティメット経験3か月の選手が練習した縦攻撃の連続プレーを積極的に展開して点を取るシーンは、チームの士気を高めた。2日目に大敗を喫したREGARSにはロングシュートが打てるハンドラーとフェイクをうまく使ってゴールエリアに走るディープがあり、この2人の動きにジュニアメンバーでは対



ジュニアアルティメット女子日本代表チームの指導に関する一考察

処しきれなかった。ゴール方向に走られないようにオフenseの背中側にポジショニングしても、フェイクをうまく使ってゴールエリアに走られる部分は、マントウーマンディフェンスの課題となった。ハンドラー側に走られる時80%の力で追い、ゴール側に走られる時100%の力で追うなどマークの付き方の力の配分を変えることで対処したが、マントウーマンディフェンスの得点を与えないマークの付き方に不安定さが出た。ゾーンの攻防については、REGARS戦ではほぼ互角の戦いを見せた。ゾーンディフェンスは2セット作り、どちらも相手にプレッシャーを与えて数多くパスを投げさせ、ミスを誘い得点を奪うことができた。ゲーム経験を積ませることで、世界大会出場前にそれぞれが課題を見つけ、目標の再設定を行うことができた。

## Ⅵ. 世界ジュニア選手権大会の7日間

2012年8月12日から始まった世界ジュニアアルティメット選手権大会で女子日本代表チームは、下記の日程で全9試合を戦った。大会直前に1名の故障者が出たため27名で参加した。スタッフは監督1名、コーチ1名、トレーナー1名でサポートした。

13日(月) VS イギリス (U-17参加国との交流戦) 9:00AM~ 11-14 × (非公式戦のため勝敗に関係しない)

イギリス戦は、U-17部門の参加が3カ国であったためジュニア(U-19)世界選手権参加国との交流戦を行った。公式戦ではなかったため、アルティメット経験4カ月の選手を先発で起用し、強風の中9-9のスコアまで戦った。強風の中でのゲームの戦術として、追い風オフenseは1本目のパスを必ずロングシュートを打ちゴールを狙うという共通理解で進めた。ゴール不成功の場合でも相手は強風の中で得点するためには60m以上パスをつながなければならないのでミスが起きる確率が高い。追い風オフense有利

の展開で両チームとも同じ戦略を選択した結果、9-9のイーブンであった。10点目からは、午後から行われるコロンビア戦に備え、アルティメット経験1年4カ月のレギュラーメンバー14名を2セットに分け交互に出場させた。しかし、追い風オフenseの1本目のパスをロングシュートせずにつないだところ、ゴール前でミスを冒し、相手チームが追い風オフense有利の状況となり、向かい風で得点を許したことが敗因となった。公式戦ではなかったためウォームアップゲームとして、全員が世界大会という緊張感のもとゲームを体験できたことは良かった。また、アルティメット経験4カ月の選手で9-9のスコアまで戦えたことは、大きな収穫であった。強風のゲームでは必ず追い風オフenseでロングシュートを打ち得点を狙うという戦術を再認識させられるゲームであった。

日本はグループAで13日午後から15日午前まで4試合を戦った。

グループA: 日本, コロンビア, フィンランド, ドイツ, アイルランド  
 グループB: カナダ, イタリア, スウェーデン, フランス, ラトビア  
 グループC: アメリカ, オーストラリア, イギリス, イスラエル, ロシア

13日(月) VS コロンビア  
 13:00PM~ 3-17 ×  
 14日(火) VS フィンランド  
 11:00AM~ 17-6 ○  
 VS ドイツ  
 15:00PM~ 7-17 ×  
 15日(水) VS アイルランド  
 9:00AM~ 12-7 ○

グループAでの戦いを終え、2勝2敗で上位リーグ・下位リーグ決定戦を決めるゲームをイタリアと行った。

15日(水) VS イタリア

16:00PM~ 4-15 ×

残念ながら、4-15で敗戦となり、7位~12位決定戦を戦うこととなった。

ここまでの戦いでコロンビア、ドイツ、イタリアに敗れたが、いずれも相手のハンドラーのシュート力に翻弄されたのが敗因であった。日本は向かい風に対抗できるシュート力を持ち合わせていないが、コロンビア、ドイツ、イタリアには向かい風でもゴールエリアにロングシュートを打つハンドラーがおり、そのシュートを日本のディフェンスよりも高い位置でキャッチする選手が備わっていたことが違いであった。高い位置でキャッチするためには、ディスクが落ちてくる場所を予測することとその場所にポジショニングするスピードが備わっていなければならないが、それらの能力が日本のディフェンスよりも上回っていた。また、ルーズディスクに対する執着心も相手が上回っていた。特に、コロンビアは、短いパスをつなぐこととロングシュートを打つことの使い分けがうまく非常にミスが少ないチームであった。コロンビア、イタリア戦については、日本のキャッチミス、スローミスを誘発させるだけのディフェンス力があり、こちらのミスを確実に点に結びつける一方的な展開となった。前回優勝のコロンビア戦は、世界一の国との戦いであったため、後半は全員起用した。世界一のチームの強さとプレッシャーを肌で感じさせることができたのは収穫であった。キャッチミス、スローミスを少なくすれば勝てるのがアルティメットである。コロンビアは、短いパスもロングパスもミスが少ない。このレベルまで仕上げて来なければ世界一にはなれないことを認識した選手は多いと感じた。ドイツ戦では、前半はマントウーマンディフェンスを仕掛けたが機能せず、一方的に得点されゲームを作らせてもらえなかったが、後半に日本のゾーンディフェンスが相手オフェンスを苦しめ、互角の戦いを繰り広げた。得点を取るためには、ミスをせずにパスをつなげていくことが大切であ

るが、スローミス33本、キャッチミス8本というミスの多さが敗因となった。コロンビア戦は、ゲーム全体でスローミス16本、キャッチミス8本、イタリア戦は、ゲーム全体でスローミス21本、キャッチミス7本であり、ドイツ戦のスローミス・キャッチミスの数の多さが悔やまれるところとなった。

16日(木)は、上位リーグ(1位~6位決定戦)に進めなかったため、順位決定リーグ(7位以下決定戦)で戦った。

16日(木) VS アイルランド

9:00AM~ 15-1 ○

VS イギリス

16:00PM~ 11-8 ○

アイルランド、イギリス戦ともに強風と雨の中、ゾーンディフェンスで守り、追い風オフェンスの中ロングシュートで得点を狙い、早い段階で攻撃を仕掛ける戦術で勝利した。特にアイルランド戦は、アルティメット経験4カ月の選手を後半起用し、4点連取した場面は盛り上がりを見せた。

この大会では、出番の少ないアルティメット経験4カ月の選手をどのように成長させるかを課題のひとつとして考えていた。

そのために2つの事を実行した。

1つ目は、見て学ばせること。

2つ目は、試合前に数多くの実践を踏まえた練習をおこない、競技力向上を図ること。

である。この2つは個人の能力とチーム力を引き上げる相乗効果を生み出す考え、12日~16日の5日間、レギュラーメンバーとは別のスペースを使って試合前の1時間、下記の項目に取り組んだ。

- ①キャッチ&スロー(対人パス、3人で行うトライアングルドリル、スクエアパス)
- ②ゾーンの攻防
- ③マーカープレイクドリル(フォアハンドのおもて展開)
- ④マーカープレイクドリル(バックハンドの

うら展開)

- ⑤ゴール前のシュート（ターンオーバー後、  
2人で速攻を仕掛けⅢのパスでゴール）

5つの項目を練習するために1時間を要したが、アルティメット経験4カ月の選手が出番のない時は、この場面が成長させる唯一の方法なので全試合の開始直前まで取り組ませた。

16日の2ゲームを勝利したため、17日はオーストラリア、ラトビアと7位～9位決定戦であった。

17日（金）VS オーストラリア

9:00AM～ 10-12 ×

前半はシーソーゲームであったが、終盤2アップを取り8-6でハーフタイムとなった。後半は10-10と追いつかれ、タイムキャップでスロームス・キャッチミスが続き、そのまま10-12と流れを引き戻せないまま終わった。相手のゾーンディフェンスのカップが4人でマーカーを囲むボックス型カップを仕掛け、そのプレッシャーにパスをうまく出すことができず、プレーイングエリアの中間地点やサイドラインを不利な位置で割ってしまうパスミス进行、向かい風オフenseでの失点につながった（図11）。

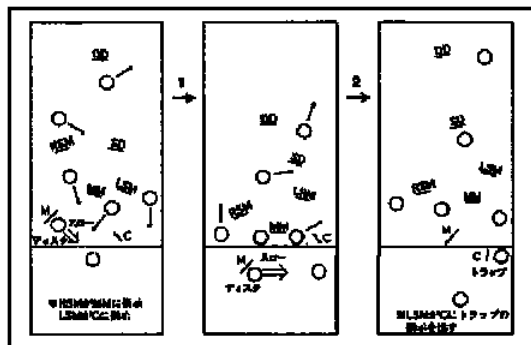


図11 ボックス型カップのゾーンディフェンス

ボックス型カップのゾーンディフェンスは、フォースフォアハンドでサイドライン際に相手スロワーを追い詰め、サイドラインではライン側のカップがマーカーになるもので、トラップより

もさらにバックパスを投げにくくする。スロワーの正面にはサイドミドル、45度はミドルミドルが守り、マーカーはバックパスをもらおうとするハンドラーをマークする。またサイドミドルとミドルミドルの間にはもう一人のサイドミドルが詰めるためマーカーは完全に4人に囲まれているようなプレッシャーを感じる。背の高い選手がカップを作る場合はさらにプレッシャーを感じる。このボックス型カップのゾーンディフェンスは、1995年に世界クラブチーム選手権で優勝したデス・オア・グローリーが見せたもので、カップに背の高い選手が入りマーカーに高さでプレッシャーをかけるのが特徴である。

VS ラトビア 18:00PM～ グランドコン  
ディション不良のためノーゲーム

17日の午後からラトビア戦が予定されていたが、5日間降り続いた雨の中でゲームを実施し続けたため、予定していたフィールドの芝生が傷みすぎ使用禁止となった。日本とラトビアはオーストラリアに負けたため8位タイという順位決定となった。

## VII. 女子日本代表チームの選考から 大会終了までを振り返って

ジュニア日本代表選手の選考方法について

### ①選手募集の時期と育成期間

今回は、世界フライングディスク連盟による2012年世界ジュニアアルティメット選手権大会の開催場所と開催日程の決定が遅れていたこと、2012世界アルティメット選手権大会が堺市で7月に開催されることが重なり、スタッフの発表と選手募集が2011年12月末日に行われた。約6か月の期間で選手募集とジュニア選手の育成指導が行われたため、準備期間が不足した。次回の2014年の世界ジュニアアルティメット選手権大会に向けては、2013年度大学新入学生で早生れの学生を対象に早期に準備をして選手募集を始めたいものである。4月には各大学のクラブ勧誘



## ジュニアアルティメット女子日本代表チームの指導に関する一考察

選手 No.	アイルランド 8.15 9:00AM~ 12-7 ○						イタリア 8.15 16:00PM~ 4-15 ×						選手 No.
	出場機会	スロー ミス	キャッチ ミス	ブロック	シュート	ゴール	出場機会	スロー ミス	キャッチ ミス	ブロック	シュート	ゴール	
Sa.3	8	3			3		8	2				1	Sa.3
Jo.15	8	2			1		8	2	1				Jo.15
Na.21	8						8	1			1	1	Na.21
Co.17	8						8	1	1				Co.17
Hm.11	8	1				2	8				1		Hm.11
Hr.29							4	2		1			Hr.29
Ki.57							4						Ki.57
Ch.14	11	3	1		3		9	4	1		2		Ch.14
Yb.86	11	1			2	2	9		1	1			Yb.86
Yu.9	11				1	1	9	2	1				Yu.9
Sc.26	11		2			3	9	1					Sc.26
Ay.23	11				1		9		1				Ay.23
An.1	8	5		1		1	8	2	1			1	An.1
Sk.28	11		2		1	1	9	2		3		1	Sk.28
Er.8	8	2				1	6	1		1			Er.8
Ke.18	11	1	1		1	1	7						Ke.18
Rc.33							2						Rc.33
Ma.36													Ma.36
Mo.35													Mo.35
Ik.19													Ik.19
Ks.13													Ks.13
Li.71							2						Li.71
Mg.63							2						Mg.63
As.69							2	1					As.69
Mh.82													Mh.82
Asy.99													Asy.99
Mi.77							2						Mi.77
選手 No.	アイルランド 8.16 9:00AM~ 15-1 ○						イギリス 8.16 16:00PM~ 11-8 ○						選手 No.
	出場機会	スロー ミス	キャッチ ミス	ブロック	シュート	ゴール	出場機会	スロー ミス	キャッチ ミス	ブロック	シュート	ゴール	
Sa.3	8		1	1	2	2	16	7		1	1		Sa.3
Jo.15	5				1		3	1					Jo.15
Na.21	6						3		1				Na.21
Co.17	6		2	1		2	3						Co.17
Hm.11	5					1	3						Hm.11
Hr.29	6	1		1	1		3				2		Hr.29
Ki.57	5	1	1			1	3					1	Ki.57
Ch.14	7	3			1		16	7	2	2	1		Ch.14
Yb.86	6	1	1				16	2			4	1	Yb.86
Yu.9	6				1		16	1				4	Yu.9
Sc.26	7					5	10		2		1	2	Sc.26
Ay.23	5	1					16	1	3			2	Ay.23
An.1	5	3			2		11				1	1	An.1
Sk.28	7			3	3		16	3	3	3	1		Sk.28
Er.8	2	2				1							Er.8
Ke.18	3	3			1	2							Ke.18
Rc.33	2				1								Rc.33
Ma.36	2	1											Ma.36
Mo.35	2	1											Mo.35
Ik.19	2												Ik.19
Ks.13	2	1											Ks.13
Li.71	2				1								Li.71
Mg.63	2												Mg.63
As.69	2				1								As.69
Mh.82	2												Mh.82
Asy.99	2												Asy.99
Mi.77	2					1							Mi.77

## 大島 寛

選手 No	VS オーストラリア 8.17 9:00AM~ 10-12 ×						ラトビア 8.17 18:00PM~ グランド状態不良:ノーゲーム						選手 No
	出場機会	スロー ミス	キャッチ ミス	ブロック	シュート	ゴール	出場機会	スロー ミス	キャッチ ミス	ブロック	シュート	ゴール	
Sa.3	18	4		1		1							Sa.3
Jo.15	8				1								Jo.15
Na.21	8		1										Na.21
Co.17	8		1		1	1							Co.17
Hm.11	8		2		1								Hm.11
Hr.29	18	4	1	1	1	2							Hr.29
Ki.57	8			1	1	1							Ki.57
Ch.14	14	2											Ch.14
Yb.86	14	1	2		2								Yb.86
Yu.9	14	1				1							Yu.9
Sc.26	14	2	1	1		2							Sc.26
Ay.23	4			1									Ay.23
An.1	4					1							An.1
Sk.28	14	1		1	3	1							Sk.28
Er.8													Er.8
Ke.18													Ke.18
Rc.33													Rc.33
Ma.36													Ma.36
Mo.35													Mo.35
Ik.19													Ik.19
Ks.13													Ks.13
Li.71													Li.71
Mg.63													Mg.63
As.69													As.69
Mh.82													Mh.82
Asy.99													Asy.99
Mi.77													Mi.77
	総計 (全7試合)												
選手 No	出場機会	スロー ミス	キャッチ ミス	ブロック	シュート	ゴール	選手 No						
Sa.3	94	20	2	7	9	10	Sa.3						
Jo.15	68	13	3		3	3	Jo.15						
Na.21	69	4	3	2	2	5	Na.21						
Co.17	69	4	5	3	2	6	Co.17						
Hm.11	68	2	2		5	3	Hm.11	8/13-15 リーグ戦					
Hr.29	67	12	3	3	9	2	Hr.29	グループA:日本, コロンビア, フィンランド,					
Ki.57	56	6	4	2	2	4	Ki.57	ドイツ, アイルランド					
Ch.14	91	31	5	3	10	5	Ch.14	*2勝2敗3位で上位リーグ・下位					
Yb.86	90	11	4	3	9	5	Yb.86	リーグ決定戦へ					
Yu.9	90	4	2	1	4	10	Yu.9	8/15 16:00PM~					
Sc.26	85	5	8	3	2	18	Sc.26	上位リーグ・下位リーグ決定戦					
Ay.23	79	4	5	1	3	3	Ay.23	イタリア戦で敗れ					
An.1	70	18	3	3	6	4	An.1	7位~12位決定戦へ					
Sk.28	91	14	7	14	11	4	Sk.28	8/16 7位~12位決定戦					
Er.8	30	6	1			3	Er.8	リーグ戦:日本, イギリス, アイルランド					
Ke.18	38	6	1	1	6	3	Ke.18	*2勝0敗で7位~9位決定戦へ					
Rc.33	18		1		1	1	Rc.33	8/17 7位~9位決定戦					
Ma.36	10	1				1	Ma.36	リーグ戦:オーストラリア, ラトビア					
Mo.35	10	1					Mo.35	*1敗1ノーゲーム 8位タイにて					
Ik.19	10				1		Ik.19	終了					
Ks.13	10	2				1	Ks.13						
Li.71	17		2		2	1	Li.71						
Mg.63	17		1		1	1	Mg.63						
As.69	17	1			2		As.69						
Mh.82	11						Mh.82						
Asy.99	11	1					Asy.99						
Mi.77	16					3	Mi.77						

## ジュニアアルティメット女子日本代表チームの指導に関する一考察

や紹介が行われ、4月末から5月中旬にかけてフレッシュマンズカップが東日本・中部・西日本で開催されている。少なくともこの時期には、世界ジュニアアルティメット選手権大会の選手募集のためのチラシを配布したい。そのためには2012年の年度末の理事会でスタッフの決定と承認を行う必要がある。今回と同様、5月に選考会（練習会）を行い、6月から1年間、大会に参加しながら選手の個人技とチーム力のレベルアップを図ることが理想的である。ただし、これは次回大会に大学2年生で出場する選手を対象としているため、2014年度の大学新入学生（ほとんどがアルティメット経験4か月で大会出場となる）の募集をどの程度にするかも想定して進めなければならない。

## ②世界大会エントリー最大定員28名を選手選考することのよし悪し

最大定員の28名を選ぶのが良いか、20名前後にするのが良いのか、という選考人数の議論があった。

1. ゲームにでるのは7名なので、オフェンスセット7名とディフェンスセット7名の合計14名（ルール上の最低人数）プラス2、3名。
2. オフェンスセット7名とディフェンスセットを2セットの14名、合計21名

という意見も伺った。

表1の選手の出場機会数を参考にするならば、16、7名くらいが妥当であったのかもしれない。今大会にオープン（性別不問であるが男子のみ選考）は、西日本10名、東日本11名の合計21名で参加した。女子は西日本11名、東日本16名の合計27名で参加している。いずれにしても、出場機会を判断基準とし、あまり出られない選手がいるのであれば多くの人数を選考すべきではない、という意見が正しいのかもしれない。

オープンは、西日本と東日本の選手がそれぞれ10名くらいになったため、西日本のセットと東日本のセットで分け、普段の練習や日本での試合も2チームで参加している。西日本と東日本で練習できるように分けるのは、選手の経済的負担を

考えても良い方法であると考えられる。

女子は、あまり出られない選手がいても、世界大会に参加することで学ぶことは多いという判断で、最大エントリー数28名を選考した。28名の利点は、大会期間6日間の毎試合ごとに、試合前の練習を14名ずつのゲーム形式でおこなえたことである。国内で合宿する場合、選手の金銭的な負担を考えると、毎週合宿することは不可能である。西日本で14名、東日本で14名を選考し、それぞれのエリアで毎週試合形式の練習できることは、経済的負担は少なくなり効率の良い練習ができる。それぞれのエリアでスタッフがいる場合は、西日本と東日本で練習できるように選手選考することも一案である。

ジュニア育成ということを第一義に考えていく場合、選考人数を何名にするかの判断は、今後も議論される部分である。

参考までに、2012年世界アルティメット選手権では、オープン29名、女子27名、ミックス（男女混合）28名、オープンマスター（33歳以上）28名、女子マスター（30歳以上）17名がそれぞれ日本代表として選考されている。

## ③キャプテンの選考

日本代表など他のディビジョンでは所属するチームでもキャプテン経験の有無や競技歴等を判断材料として、キャプテンが選考される場合が多いが、ジュニアチームの場合は、それらの材料に乏しいため選考するには時間を必要とした。今回は、第1回から第3回までの選考会および練習会での選手の様子を観察した上で、第3回選考会の初日のミーティングでキャプテンを選考した。まず、自己推薦を募ったが誰もいなかったため、第1回選考会から練習に参加している選手からの推薦でキャプテンが決定した。攻守の戦術理解にも優れ、統率力とリーダーシップがありながら、謙虚さをも併せ持つ適任者であったといえる。大会中にノートをつけている様子を垣間見たが、非常によく整理されており、今後も日本代表や、さらには指導者としても頑張っていける選手であり、すばらしい選手であった。

## ④食事

第1回選考会から第3回選考会まで選手が増えるごとに食事の摂りかたの指導をした。

1. 朝食では腸内にガスを発生させるイモ類や牛乳の摂取を控える。夕食で摂取すること。
2. ごはんやパン、麺類など炭水化物を多めに食べ、クエン酸を含む果汁100%のドリンクやスポーツドリンクを一緒に摂取すること。
3. 昼食・夕食は練習・試合終了後できるだけ早く炭水化物を食べ、クエン酸を含む果汁100%のドリンクやスポーツドリンクを一緒に摂取する。

1. は腹部にガスが発生して試合中に痛まないようにすること、2. 3. は次のゲームに備えて筋肉内にエネルギーを多く蓄えることを指導した。世界大会中は朝食・夕食が選手村で用意されていたが、昼食は各自で用意しなければならなかったので選手同士が工夫して準備した。朝食で余るパンや飲み物を昼食用に確保しておいたり、コンビニで好物を調達していたり、ゲーム終了後できるだけ早く炭水化物を食べ、クエン酸を含む果汁100%のドリンクやスポーツドリンクを一緒に摂取するという決め事を遂行した。

## ⑤規律

チームで行動して、チームで準備して、チームで戦うということを基本行動とした。ランニングでの全員での掛け声や試合中のサイドラインからの声、得点後の日本女子チームオリジナルの儀式的なダンスと歌声など、全員で声を出しながら行動することは、チームの連帯感を一層高めるものとなった。しかし、大会中1度だけ朝食に遅刻した選手が2名出た。主力組であったためペナルティーを与え、出場禁止とした。代わりに経験4か月の選手を2名起用した。チームのレベルは下がることはなく2名ともシュートとゴールに絡む働きをした。試合中の予期せぬケガで試合に出られなくなった時に交代要員は必要であり、交代することでチーム力が落ちる場合は、選手層が薄いといわれるが、代わりに入った経験4か月の2名の選手はフル出場し、十分役割を果たした。

出場禁止となった2名は2試合目の後半から起用した。この2名の内のひとは比較的口数の少ないタイプであるが、後半からの起用を告げられるとチームのみんなに大きな声で、手短ではなくしっかりとした文言で謝罪を行った。

## ⑥選手の起用方法

2012年世界アルティメット選手権では、選手の起用について2つの方法が見受けられた。1つは、監督が得点ごとにメンバーを読み上げ選手を起用する方法、もう1つは、オフェンス時には、オフェンスセットのリーダーがメンバーを読み上げ選手を起用し、ディフェンス時には、ディフェンスセットのリーダーがメンバーを読み上げ選手を起用する方法である。どちらも、あらかじめ決められたセットを選手全員に伝え、入れ替えがあるなしにかかわらずメンバーを読み上げ選手に伝達している。

ジュニア女子の今回の選手起用は、どの気象状況でもゾーンディフェンスを仕掛けられるようにレギュラーチームを2つに分け、ゾーンのセットA・Bを交互に起用した。スローオフ後、早い段階で点を取った場合や調子が上がらない場合は、キャプテンと相談し同じセットを連続して起用した。また、点差と相手との実力差を照らし合わせ、アルティメット経験4か月の選手で構成される2つのセットを交互に起用した。

どの代表チームもそうであるが、前半の中盤以降や後半の中盤以降には必ず得点しなければならない勝負所が生じる。選手の疲労度も考慮しなければならないが、その場面でのベストオフェンス、ベストディフェンスの7名を起用することが多い。ジュニア選手については、オフェンス能力にもディフェンス能力にも優れ、どのポジションに起用しても能力を発揮できる選手は少ない。高さがある選手・スピードがある選手・得点力の高い選手・ロングシュートが打てる選手・短いパスを確実につなぐ選手・ゲームをコントロールする選手など、どれを見ても優れているというスーパープレイヤーは残念ながら皆無であった。選手の持っている能力を組み合わせ、中盤以降の勝負にその都度ベストの7名を起用することで戦い



続けた。今大会は、過去に経験が無いほどの連日の雨と強風の環境の中でのゲームであった。上位進出チームと最も差が出たのは、ロングシュートが打てる能力である。ロングシュートが打てる選手はスローオフにも優れている。日本チームは、5日間のゲームで一度も64 m先にあるゴールエリアにスローオフを到達させることはできなかった。上位進出チームはそれができるため、ゴールエリアに近い場所でターンオーバーを取る確率が高くなる。また、向かい風オフフェンスでロングシュートを使うことで、ゴールエリアには到達できなくてもゴールエリアに近い場所で味方がキャッチできる確率が高くなる。向かい風であっても確実に短いパスをつなぎ、我慢して少しずつ陣地を取っていくことがセオリーかも知れないが、雨と強風の環境の中では短いパスであってもミスを買ってしまう。向かい風オフフェンスでロングシュートを狙える能力が相手を上回るのであれば、ロングシュートを打つという作戦は有効である。またそのように判断した場面が上位進出チームには多く見られた。特に最終戦となったオーストラリアの後半の追い上げは、向かい風オフフェンスでロングシュートを狙った戦術に、高さやルーズディスクへの執着の部分で日本が対処できなかったのが原因である。

#### ⑦不足した技術

スローオフ、ロングシュート、アップサイドダウンスローに見られる空間を使った3次元のスローイング技術が不足していた。各個人が自チームで練習する時は、2次元のスローイング練習が基本であり、3次元のスローイングは行わない傾向にあるのかもしれないが、世界選手権レベルでは上位チームは必ずスローオフ、ロングシュート、アップサイドダウンスローの技術を持っている。自分ができないことを相手にされた場合、そのプレーの始まりから終わりまでの軌跡がイメージできない。自チームで練習するしないにかかわらず、個人技術の充実を目標に取り組んでほしい項目である。

また、ゾーンのカップを仕掛けられボックス型で囲まれた場合の逃れ方が難しいようであった。

3次元のパスを使うと簡単にこのボックス型カップの上の空間を使い、後方の選手にパスを通すことができるが、2次元のパスイメージしかないためカップの間を通そうとしてミスを買す場面があった。

2次元のパスの中では、GIVE&GOのパスバリエーションの不足を感じた。特にお互いが1 m以内でパスをやりとりするような、バックハンドのソフトパスが難しいようであった。バックハンドのソフトパスは、GIVE&GOの他にストーリングが詰まった時のビハインドへのショートパスを行う際に有効なパスであるため、練習課題の必須項目であると言える。今大会では、ゾーンのカップの中を相手オフフェンスにバックハンドのソフトパスの連続技で進まれる場面があった。これも、自分ができないことを相手にされた場合、そのプレーの始まりから終わりまでの軌跡がイメージできない典型的なプレーであった。

大会中は風と雨の試合条件であったため、ほとんどのディフェンスでゾーンを採用したが、ドイツ戦の前半はマントウーマンディフェンスを行った。相手オフフェンスはホライズンタルスタックであったが、この時のディフェンスの付き方に理解不足があった。ゴールを狙おうとしている選手にフェイストゥーフェイスで付いてしまい、そのままゴールへ走られた場面である。オフフェンスの背中側についてゴール方向に走られないようにプレッシャーをかける場面とハンドラーが短いパスをもらおうとしていてフェイストゥーフェイスで付く場面が混同したと考えられる。

上記の例は、教える側は選手が理解しているであろうと過信した部分であるため、戦術については必ず、試合前に指導者が全体に向けて確認作業をしなければならないと感じた。ホワイトボードを使って、図示してイメージを与える作業も重要である。

## Ⅶ. 女子コーチの育成

今大会では女子のコーチを育成する機会を得た。他のスポーツではソフトボールで女子監督、

女子ラグビーで女子ヘッドコーチが見られるが野球、サッカー、バレーボール、バスケットボールではあまり見られない。アルティメットでも専任の女子監督はなく、7月に堺において行われた世界選手権女子日本代表チームでは、選手兼監督として女子が指導している。女子チームを指導することにおいて、男子と女子のどちらが適任であるかは他と同様まだまだ議論されなければならないが、男女どちらのスタッフも協会として準備されているに越したことはない。今回は選考会から大会終了まで女子のコーチ1名が帯同し、以下の項目について経験する機会を持った。

- ①選手選考
- ②指導プログラムの実践
- ③スコアブックの管理
- ④大会でのチーム運営と管理

上記の項目について、ノウハウのすべてを指導したわけではなく、コーチ本人が見て学び、体験して自分なりの指導プログラムを構築する機会を提供した。監督が指導した部分をたたき台として、さらに充実した指導プログラムを自分なりに作り上げ、女子のアルティメット指導について研鑽を重ねることを期待したい。

## Ⅹ. まとめ

「勝負は、戦う前についている」という言葉がある。勝つための準備を大会までにどれだけできているかで勝負は決まる。世界大会に向けて、3度の合宿練習と1度の大会参加という4度の全体練習機会があったが、代表に選考されたメンバー全員が限られた時間の中で精一杯技術の向上に取り組んだ。さらにチーム力向上を望むなら、日々の個々の取り組みをどのようにするかということに尽きる。自分に足りない部分を知り、どのような練習に取り組めば、それが改善できるのか、それぞれがモチベーションを高め、個人練習の質と量をプランニングして補うしか方法はない。次回は2014年に世界ジュニアアルティメット選手権大会が開催される。今回の8位という結果を踏まえ、勝つための準備を次の大会までにどれだけ

できるのか、またその過程を踏むことによって、ジュニア選手を心技体の部分でどれだけ成長させることができるのかを、今回の2012世界ジュニアアルティメット選手権大会に係わったスタッフとともに精査し、プログラムを再構築していかねばならない。

中学、高校でアルティメットを経験してきた学生が少ないという現状では、今後のジュニア育成については難題を抱える。中学、高校でアルティメットを指導する教員の不足、他のスポーツに見られるモチベーションを高めるメディアでの露出の不足、ガイドブックなどの教本の不足等、ひとつひとつの課題に目を向けるジュニア育成スタッフを増強しながら取り組むことも重要である。幸いにも2012年度より中学校新学習指導要領のゴール型ゲームの中に、陣取り型の種目としてアルティメットが採用されたため、中学校体育の授業でアルティメットを経験する場面も増えると考えられる。今後、中学校体育でアルティメットを経験した学生が、ジュニアアルティメット選手権大会の選手募集に反応を示し、代表選考にチャレンジしてくれることに期待したい。

ジュニアチームで選手とともに過ごした半年間で「人が成長すること」を考える機会を多く持った。人には考えたことを実行する速度の違いがある。理屈抜きの行動力の大きさ・速さが、進歩・成長の手がかりである。そのためには、日常から本質を見抜く眼を持って、心で物事に取り組む必要がある。普段どうしても「メディアが醸す空気に影響される」「表面的な輝きに惑わされる」「見栄を捨てきれない」などの傾向があり、まだまだマイナースポーツであるアルティメットを学生に選んでもらえない。しかし、数あるスポーツ種目の中からアルティメットを選び、選考会に訪れた選手とは縁があったのである。そのような選手たちに、アルティメットを通じて、先を見る力、無から有を生み出す力、身体で行動・実践する力を身につけてもらいたいと感じた。試合は普段の取り組みを試し合う場であり、自分との勝負の場である。普段の生活をいっそう充実させて自分を鍛えること、そして素晴らしい仲間とつながることが

## ジュニアアルティメット女子日本代表チームの指導に関する一考察

個々の成長につながる。アルティメットに取り組んでそのような人間形成ができたなら素晴らしいし、大きな希望を感じる。アルティメットは審判を置かずにお互いの信頼のもとジャッジし合う、世界で類を見ないスポーツである。単怯なことを平気でしたり、力づくで相手をねじ伏せるような勝ち方を身につけることは避け、これからの人生に通じる生き方、考え方、行動力を身につけてこそ、取り組む意義がある。過去に持っていた価値観や持論に執着せず、素直な気持ちで謙虚に学ぶ姿勢で物事に取り組む。アルティメットを通じて、お互いに心技体を磨き、本当の意味の勉強に目覚めること、それぞれが秘める可能性を开花させることにこれからも携わっていきたい。

## 謝辞

世界ジュニアアルティメット選手権大会女子日本代表チームの選考から指導に至るまでスタッフとしてご尽力いただいた日本アルティメット協会理事長本田雅一氏並びに合宿地の富士市のアルティメットチーム・富士龍神の皆様、アルティメットチーム・クルーズの皆様、そして大会中もチームを支えて下さった成宮宏俊トレーナー、柴田恵里香コーチに深く感謝の意を表したい。

## 注

- 1) 第13回世界アルティメット選手権大会で日本は、オープン5位、女子優勝、マスター(33歳以上)オープン3位、マスター女子(30歳以上)3位、ミックス(男女混合)3位の結果であった。
- 2) ジュニアアルティメット選手権大会出場選手は19歳以下の年齢条件で構成され、男子は1983年、女子は2000年から実施されている。2010年ジュニアアルティメット選手権大会で日本は、男子13位、女子7位の結果であった。
- 3) 高校生の内訳は、2010年に中学3年生で出場した選手1名(アルティメット経験2年6か月)、高校で愛好会を結成し練習していた選手1名(アルティメット経験2年)、スタッフが地元のサッカークラブから発掘した選手1名

(アルティメット経験6か月)である。

- 4) お互いのプレーをお互いでジャッジするフライングディスク競技独特のルール、スピリット・オブ・ザ・ゲームは以下の5つの評価項目について5段階評価を行う<sup>6)</sup>。

## 1. ルールの理解

根拠のないコールをしない。ルールを都合のいいように解釈していない。時間を守っている。ルールについて学ぶ姿勢を見せた、あるいは教えてくれた。

## 2. ファールおよび身体接触

ファールや身体接触、危険なプレーなどをしないよう心がけていた。

## 3. フェアプレー

ファールをした場合の謝罪があった。チームメイトの誤ったコールを正した。話し合いの末、自チームの意見を認め、誤ったコールを撤回した。

4. ポジティブな姿勢およびセルフマネジメント  
自己紹介があった。軽蔑的、挑発的な言葉遣いをしなかった。ナイスプレーを褒めてくれた。試合後のスピリットサークルなどで良い印象を受けた。

## 5. 相手チームのスピリットと比較

ルールの理解、身体接触、フェアプレー、ポジティブな姿勢およびセルフマネジメントにおいて、相手チームのスピリットとの比較。

以下、公式ルールブックより抜粋

## 1 スピリット・オブ・ザ・ゲームについて

- 1.1 アルティメットは、接触禁止、セルフジャッジ制を用いた競技スポーツであり、すべての選手はルールに忠実でなければならない。アルティメットは、「スピリット・オブ・ザ・ゲーム」という各選手の責任感あるフェアプレーのもとに成り立っている。

- 1.2 本公式ルールは、いかなる選手も意図的にルールを破ることはないという前提で、反則に対する厳しい罰則は定めず、試合上で起こりえる状況を想定し試合をスムーズに進行させるための方法を示している。

- 1.3 選手は競技者であると同時に、審判として

- の役割をも果たすという認識をもつ必要がある。チーム間の仲裁にあたる際、選手は以下を順守すること。
- 1.3.1 ルールを熟知していること。
  - 1.3.2 公正かつ客観的に判断すること。
  - 1.3.3 正直であること。
  - 1.3.4 明瞭かつ簡潔に意見を述べること。
  - 1.3.5 相手チームの意見をしっかりと聞くこと。
  - 1.3.6 問題の解決は可能な限り速やかに行うこと。
  - 1.3.7 他者に敬意を持った言葉遣いを心がけること。
- 1.4 競争心高いプレーは奨励されるが、お互いの相手を敬う気持ち、ルールの順守、プレーを楽しむ気持ちを、常に心がけながらプレーすること。
- 1.5 「スピリット・オブ・ザ・ゲーム」の精神に則った、アルティメットに相応しいと考えられるマナー(行動)を以下に示す。
- 1.5.1 チームメイトが誤ったもしくは不必要なコールをした場合やファール、バイオレーションをした場合に注意すること。
  - 1.5.2 コールが不必要なものだったと判断したときには、そのコールを撤回すること。
  - 1.5.3 相手チームの選手の良い行動や「スピリット・オブ・ザ・ゲーム」の精神は称賛すること。
  - 1.5.4 相手チームに自己紹介をすること。
  - 1.5.5 意見の相違や挑発行為に対して冷静に対応をすること。
- 1.6 「スピリット・オブ・ザ・ゲーム」の精神に違反し、いかなる選手もとるべきではない行為を以下に示す。
- 1.6.1 相手に危害を及ぼすような危険なプレーや、相手選手に対して攻撃的な態度をとること。
  - 1.6.2 意図的に反則行為を行ったりルールに違反したりすること。
  - 1.6.3 相手チームを嘲ったり、威圧すること。
  - 1.6.4 得点に対して相手に不快感を与えないこと。
  - と。
  - 1.6.5 相手チームからのコールへの仕返しとして、コールをすること。
  - 1.6.6 相手チームにパスを要求すること。
- 1.7 チームは、「スピリット・オブ・ザ・ゲーム」の精神を大切にし、以下を順守すること。
- 1.7.1 チームメイトにルールや「スピリット・オブ・ザ・ゲーム」の精神に則ったマナー(行動)を正確に教えること。
  - 1.7.2 「スピリット・オブ・ザ・ゲーム」の精神に反した行動を取った選手に対して注意すること。
  - 1.7.3 「スピリット・オブ・ザ・ゲーム」の精神に対する向上を図るため、相手チームに対しても、建設的な意見・提案をすること。
- 1.8 初心者がルールを知らずに違反行為をした場合には、経験者がその違反行為に対する説明義務を負うこと。
- 1.9 経験者は、初心者や若手を含む選手の試合において、ルールや試合中の仲裁に対するアドバイスをすることができる。
- 1.10 ルールは、直接プレーに関わっていた選手、もしくはそのプレーを最も客観的に捉えられることができる選手によって判断されるべきである。キャプテン以外のプレーしていない選手は、ルールの判断に関与すべきではない。ただし、「アウト・オブ・バウンズ」と「ダウン」のコールに関しては、そのコールが適切かどうかをプレーしていない選手に対し意見を求めることができる。
- 1.11 プレー中のコールもしくはその他の問題に対し、双方の合意が得られない場合には、ディスクをコール前もしくは問題発生前にディスクを持っていたスローワーに戻し、プレーをやり直すこととする。
- 2012年7月に開催された世界アルティメット選手権の日本 VS カナダの試合では、カナダがスピリットオブザゲームに反する行為があったとして、カナダが日本に謝罪文を送っている。
- 5) キャラハンのみ例外である。相手ゴールエリ

## ジュニアアルティメット女子日本代表チームの指導に関する一考察

ア内で相手のパスをダイレクトキャッチした場合は、その場でゴールが認められ、このゴール形式をキャラハンと呼ばれている。

- 6) 走路妨害の反則、故意かどうかに関わらず、相手の進路（5m以内）を横切ること。
- 7) マーカーは、バックハンド側につきバックハンドを投げにくくする。そのためオフェンスはゴール方向（ゲイン側）へはフォアハンドを使って攻めなければならなくなる。バックハンドを使う場合は、一度ゴールとは反対方向にバックパスやサイドチェンジパスを使って展開しなければならない。
- 8) スタンフォードオフェンスは、スタックオフェンスやパーティカルオフェンスと呼ばれ、アルティメットの創成期から現在に至るまで、多くの国やチームで採用されてきたオフェンスである。2000年以降に北米で主流になってきたホライズンタルオフェンス（ホライズンタル＝水平な）と区別して、最近ではパーティカル（＝垂直な）と呼ばれるようになった。スタンフォードオフェンスは、ホライズンタルオフェンスが上下のスペースを使うのに対して、フィールドの左右のスペースを活用して行なう。
- 9) ゾーンディフェンスは、マーカー・ミドルミドル・サイドマーカーの3人がスローワーを囲むカップディフェンスが特徴である。まずスローワーに対してマーカーがストーリングをかける。ミドルミドルはスローワーに対して正面のパスを防ぐ。サイドマーカーはスローワーからの斜め45度の方向のパスを防ぐ（ミドルミドル・サイドマーカーはスローワーから3m以上離れなければならない）。第1列ではカップディフェンス、第2列ではサイドミドルとショートディープがミドルミドルの左右のエリアへのパスを防ぐ。第3列ではサイドミドルとディープディープがロングパスを防ぐ。これに対しゾーンオフェンスは、ビハインドパスとサイドチェンジパスでカップディフェンスを揺さぶる。揺さぶりに対してマーカー・ミドルミドル・サイドマーカーのマークが甘くなったエリアに縦パスをつなぎゴール方向にディスクを進

めていくことが基本プレーとなる。

## X. 文献

- 文部科学省（2012）新学習指導要領・生きる力、  
<[http://www.mext.go.jp/a\\_menu/shotou/new-cs/index.htm](http://www.mext.go.jp/a_menu/shotou/new-cs/index.htm)>2012.10.5
- 日本フライングディスク協会（2012）  
<<http://www.jfda.or.jp/>>2012.10.5
- 大島寛（1998）フライングディスク競技のアルティメットの試合におけるディフェンスプレーについての一考察（その3）：ゾーンディフェンスの戦略。青踏女子短期大学紀要，26：65-80
- 大島寛（2004）フライングディスク競技の参加者動向にみる過去25年の歩み，近畿大学健康スポーツ教育センター研究紀要，3-1：15-39.
- 大島寛（2012）アルティメットの授業実践。日本フライングディスク協会
- World Flying Disc Federation（2012）世界フライングディスク連盟，  
<<http://www.wfdf.org/>>2012.10.5
- 2009 アルティメット公式ルール。世界フライングディスク連盟（WFDF），  
<[http://www.jfda.or.jp/uploads/2010/02/rule\\_ultimate\\_2009\\_v1.2.pdf](http://www.jfda.or.jp/uploads/2010/02/rule_ultimate_2009_v1.2.pdf)>2012.9.19

平成24年 9月20日受付

平成25年 2月 8日受理